



CONSEJOS PARA MANEJAR EL ASMA Y MÁS EN LA FERIA

I.A. / SEVILLA

El asma podría afectar a más de 97.000 sevillanos, con un impacto económico y sanitario que ronda los tres millones de euros. Son las estimaciones de la Asociación de Neumología y Cirugía Torácica del Sur (Neumosur), cuyo Grupo de Trabajo del Asma, coordinado por los doctores Luis Manuel Entrenas y Antonio Pereira, de los hospitales Reina Sofía de Córdoba y Juan Ramón Jiménez de Huelva, han lanzado en el Día Mundial del Asma, que se celebra hoy, una lista de siete consejos útiles para que el paciente asmático no vivan una tortura.

Dos de cada tres asmáticos sufren una merma en su calidad de vida que es evitable con un buen control de la enfermedad. Diagnosticado y tratado correctamente, es posible controlar el asma en más de un 90% de los casos. A pesar de ello, sólo el 33% de los asmáticos alérgicos conoce bien su enfermedad y se cuida correctamente. Asimismo, se estima que entre el 30% y el 50% están insuficientemente controlados.

Todo ello tiene una repercusión importante no sólo en la calidad de vida de los pacientes sino también en el gasto sanitario, que se eleva enormemente por esta falta de con-

trol. Un 2% de los recursos de la sanidad pública se destinan en España al asma, casi 1.500 millones, y hasta un 70% de ese importe obedece al mal control del asma, lo que representa un coste medio por paciente de 1.726 euros anuales.

Los siete mandamientos –que extienden tanto de los hospitales como de Atención Primaria para que realicen una labor de difusión y concienciación– comienzan por tener escrito el tratamiento de cada uno acordado con el médico; distinguir entre los inhaladores que controlan los síntomas y los que evitan que aparezcan, y saber mane-

jarlos; no cortar el tratamiento cuando el paciente se encuentra bien, sino continuarlo, además de disponer de un truco o coetilla para recordar las medicinas que controlan el asma. Evitar situaciones que puedan desencadenar una crisis y reconocer los síntomas de la misma forman parte de este listado para terminar con uno: saber qué hacer en el momento en el que se produce una crisis de asma.

La Feria no es precisamente el mejor sitio para un asmático. Conscientes de ello, el Grupo Quirón también da algunos consejos específicos para que el Real no se con-

vierta en un infierno. Así, el neumólogo de la clínica Sagrado Corazón Jesús Peñas de Bustillo recomienda, ante una Feria tan tardía y calurosa como la que se presenta –más propicia a los polénes y ácaros– ir mejor de noche, ya que descienden los niveles de polen; usar gafas de sol; aquellos pacientes alérgicos a los pelos de animales deben evitar ir durante el paseo de caballos; también hay otros irritantes que pueden empeorar los síntomas como los cambios bruscos de temperatura, las bebidas muy frías y el albero; tampoco el tabaco es aconsejable y es importante cumplimentar el tratamiento con la medicación de fondo prescrita p y tener a mano los medicamentos del rescate.